



40. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2013

Detalizēti rezultāti

Rokosch, Steffen

Klubs: München

Numurs: 994

Posms: 10.00 km

Wertungslauf um den Braugold-Pokal

Grupa:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

Kopējais laiks: 47:41

Ātrums: 12.58 km/h

Skrējiena izpildījums: 4:46 min/km

Vieta distancē/Kopā: 243 (no 686)

Vieta distancē/Vīrieši: 222 (no 543)

Distances labākais laiks: 29:39

Vieta grupā: 76(no 178)

Grupas labākais laiks: 37:27

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrollpunkts	Posma	Posma	Posma	Vietāztrūkum:Vietāztrūkums				Kopā	Kopā	Kopā	Vietāztrūkum:Vietāztrūkums			
	km	Laiks	min/km	grupā	grupā	Vīrieši	Vīrieši	km	Laiks	min/km	grupā	grupā	Vīrieši	Vīrieši
Runde	2.00	10:30	5:15	105	3:19	330	4:28	2.00	10:30	5:15	59	2:31	166	4:28
Runde	2.00	9:20	4:40	77	2:00	216	3:23	4.00	19:50	4:57	59	2:34	151	7:51
Runde	2.00	9:19	4:39	69	1:44	193	3:24	6.00	29:09	4:51	58	7:03	164	11:15
Runde	2.00	9:25	4:42	71	1:40	192	3:30	8.00	38:34	4:49	57	8:43	163	14:45
Leichtathletikhall	2.00	9:07	4:33	65	1:39	184	3:17	10.00	47:41	4:46	76	10:14	222	18:02